

Münchner Merkur Nr. 35 vom 12/13.02.2005

Entspannung für dicken Hals und verbissene Kiefer

Rebirthing-Expertin Bettina Lauth liest Geschichten aus Gesichtern

Von Sylvie-Sophie Schindler

Wer denkt bei geschwollenen Augenlidern schon daran, dass etwas mit der Niere oder der Blase nicht in Ordnung sein könnte? Und wer vermutet, dass Stirnfalten ein deutlicher Hinweis auf die eigene Sturheit sind? „In unserem Gesicht ist fast alles ablesbar“, sagt Schönheitstherapeutin Bettina Lauth. „Ein Gesicht, das ist für mich wie ein offenes Buch.“

Egal ob Stress im Beruf, Konflikte in der Ehe oder Unzufriedenheit mit sich selbst – das alles setze sich fest. Am Kinn, am Hals, an der Stirn, in den Wangen und in den Augenlidern. „Meist zeigen Fältchen erste Irritationen an“, erklärt Lauth. Und schnell würden aus Fältchen Falten. Während die einen gegen diese unliebsamen Gesichtsveränderungen ancremen, lassen andere ihr Gesicht „wiederauferstehen“. Mit der so genannten Face-Rebirthing®-Methode nach Astrid Wanke will auch Bettina Lauth ihren Kundinnen den Stress „wegstreichen“. Die Gesichtsmuskeln – rund 50 an der Zahl – sollen entspannt und Energien zum Fließen gebracht werden. Auf einer Liege, eingehüllt in Decken und begleitet von Meditationsmusik, kann die Kundin den Alltagstrott vergessen und sich den Händen der Therapeutin überlassen. „Die Gesichtsmassage kann bis ins Innerste der einzelnen Zellen wirken“, sagt Bettina Lauth und demonstriert das sichtbare Ergebnis mit Vorher-Nachher-Fotos. Die verbissene Geschäftsfrau zum Beispiel – ihre Augen wirken nicht mehr so verkniffen. Und die hart arbeitende Hausfrau und Mutter trägt um den Mund wieder weichere Züge. Entspannung, darum geht es. „Dadurch werden die Fältchen gemildert“, erklärt die Schönheitstherapeutin.

Bei ihrer Massagetechnik nutzt Bettina Lauth altbekannte Erkenntnisse aus Akupunktur und Kinesiologie. Um die inneren Blockaden zu lösen, werden zunächst die Energiebahnen, auch Meridiane genannt, aktiviert. Bettina Lauth spürt dabei auf, welche Bahnen unterbrochen sind.

Ein häufiges Problem seien angespannte Halsmuskeln. „Alles, was wir im Laufe des Lebens runtergeschluckt haben, ist dort gespeichert“, erklärt Bettina Lauth. Kein Wunder, dass manch einer sprichwörtlich „einen dicken Hals hat“. Doch auch Mund, Kiefer und Kaumuskeln seien oft betroffen. „Sie signalisieren unter anderem, dass jemand ein bestimmtes Thema nicht loslassen kann.“ Oder dass jemand in seinem Leben immer kämpfen musste und dabei „die Zähne zusammengebissen“ habe. Als Therapeutin im klassischen Sinne versteht sich Bettina Lauth jedoch nicht. „Face-Rebirthing® kann ein anderes Bewusstsein schaffen, muss es aber nicht“ sagt sie. Wie die Kundin – „Männer sind immer noch deutlich in der Minderheit“ – ihre Erfahrungen umsetze, bleibe ihr überlassen. Manche würden nach der Behandlung ihre Ernährung umstellen, andere würden sich bewusster gegen Ärger und Stress abgrenzen. „Wer einmal erlebt hat, dass sein Gesicht wieder strahlen kann, will dieses Strahlen nicht verlieren“, sagt Bettina Lauth.